

【山梨県立図書館1階 ティーンズコーナー テーマ展示】
令和5年2月16日(木)～令和5年5月24日(水)



心と体を整える



心を整える

タイトル	著者名	出版社	出版年	請求記号
13歳からの「ネットのルール」	小木曾 健／監修	メイツユニバーサルコンテンツ	2020	007/ジ1/
子どもの哲学	河野 哲也／著	毎日新聞出版	2015	104/ジド/
死んだらどうなるの？	玄侑 宗久／著	筑摩書房	2005	114/ゲン/
親のことが嫌いじゃないのに「なんかイヤだな」と思ったときに読む本	藤木 美奈子／著	WAVE出版	2022	146/フジ/
10代のうちに知っておきたい折れない心の作り方	水島 広子／著	紀伊國屋書店	2014	146/ミヅ/
泣いたあとは、新しい靴をはこう。	日本ペンクラブ／編	ポプラ社	2019	159/ナイ/
まっすぐ人間関係術	山崎 聡一郎／著	講談社	2021	361/ヤマ/
どうなってるんだろう？子どもの法律	山下 敏雅／編著	高文研	2017	367.6/トウ/
どうしたらいいかわからない君のための人生の歩きかた図鑑	石井 光太／著	日本実業出版社	2019	367/イシ/
子どもを守る言葉『同意』って何？	レイチェル・ブライアン／作	集英社	2020	368/アライ/
ヤングケアラーってなんだろう	澁谷 智子／著	筑摩書房	2022	369/ジゴ/
学校に行きたくない君へ	全国不登校新聞社／編	ポプラ社	2018	371/ガッ/
未来が変わる勉強法	安田 祐輔／著	KADOKAWA	2022	376.8/ヤス/
発達障害のおはなし 1～3		平凡社	2021	378/ハツ/1～3
どこからが心の病ですか？	岩波 明／著	筑摩書房	2011	493/イワ/
なぜ自分を傷つけるの？	アリシア クラーク／著	大月書店	2005	493/クラ/
10代から知っておきたい統合失調症	水野 雅文／シリーズ監修 監修	保育社	2022	493/ジ1/
悲しいけど、青空の日	シュリン・ホーマイヤー／文・絵	サウザンブックス社	2020	493/ホー/
世界一やさしい依存症入門	松本 俊彦／著	河出書房新社	2021	493/マツ/
14歳からの精神医学	宮田 雄吾／著	日本評論社	2021	493/ミヤ/
チックはわざとじゃないんだ	マル・レスター／著	大月書店	2015	493/レス/
図解でわかる14歳からのストレスと心のケア	社会応援ネットワーク／著	太田出版	2022	498.3/スガ/
学校では教えてくれない自分を休ませる方法	井上 祐紀／著	KADOKAWA	2021	498/イノ/
「心」のお仕事	河出書房新社／編	河出書房新社	2021	498/コノ/
イップスの乗り越え方	河野 昭典／著	BABジャパン	2020	780.1/コノ/
心を整える。	長谷部 誠／著	幻冬舎	2011	783.4/ハセ/
僕は上手にしゃべれない	椎野 直弥／著	ポプラ社	2017	913/シイ/
いい人ランキング	吉野 万理子／著	あすなろ書房	2016	913/ヨシ/

体を知り、整える

タイトル	著者名	出版社	出版年	背ラベル
こころと身体の心理学	山口 真美／著	岩波書店	2020	141/ヤマ/
大人になる前に知る性のこと	加納 尚美／編著	ペリかん社	2019	367.9/朴/
ダイエット幻想	磯野 真穂／著	筑摩書房	2019	367/イ/
わたしの心と体を守る本	遠見 才希子／著	KADOKAWA	2022	367/イン/
ジェンダー・アイデンティティ	佐々木 掌子／監修	国土社	2022	367/ジエ/
知ってる?体のしくみと発達	田代 美江子／監修	金の星社	2022	367/シツ/
発達障害のある高校生・大学生のための上手な体・手指の使い方	笹田 哲／著	中央法規出版	2018	378/サ/
生命倫理のレッスン	小林 亜津子／著	筑摩書房	2022	490/コバ/
14歳からの生物学	サリー・ヒル／編	白水社	2020	491/ジユ/
悩み・育つ運動器 骨&筋肉	今井 一博／監修	保育社	2020	491/ヤ/
笑う免疫学	藤田 紘一郎／著	筑摩書房	2016	491/フジ/
アレルギー体質で読む本	山田 真／著	ジャパンマシニスト社	2013	491/ヤマ/
どこからが病気なの?	市原 真／著	筑摩書房	2020	492/イ/
新しい腸の教科書	江田 証／著	池田書店	2019	493.4/エタ/
感覚過敏の僕が感じる世界	加藤 路瑛／著	日本実業出版社	2022	493.9/カト/
スマホとゲーム障害	内海 裕美／監修	少年写真新聞社	2020	493/ス/
子どものうちに知っておきたい!おしゃれ障害	岡村 理栄子／監著	少年写真新聞社	2016	494/カ/
生理前あるある:PMDD<月経前不快気分障害>って何?	中安 紀子／著	星和書店	2021	495.1/ナカ/
ぼくたちが知っておきたい生理のこと	博多 大吉／著	辰巳出版	2022	495.1/ハカ/
からだ性の教科書	エレン・ストックエン・ダール／著	NHK出版	2019	495/ダール/
鼻のせいかもしれません	黄川田 徹／著	筑摩書房	2015	496.7/カ/
新しい歯の教科書	東京医科歯科大学最先端口腔科学推進プロジェクト／監修	池田書店	2022	497/アタ/
“スマホ首”があらゆる不調を引き起こす!	鄭 信義／著	講談社	2015	498.3/テイ/
気象病ハンドブック	久手堅 司／著	誠文堂新光社	2022	498.4/クテ/
10歳からの学校では教えてくれない健康とからだ	野口 緑／監修	池田書店	2022	498/ジツ/

ほか

健康な身体を作る

タイトル	著者名	出版社	出版年	背ラベル
中学時代がハッピーになる30のこと	中谷 彰宏／著	PHP研究所	2012	159/ナカ/
睡眠の大研究	櫻井 武／監修	PHP研究所	2022	491/スイ/
森林浴	李 卿／著	まむかいブックスギャラリー	2020	492.5/リ/
生き抜くための整体	片山 洋次郎／著	河出書房新社	2014	492/カタ/
睡眠障害のなぞを解く	櫻井 武／著	講談社	2015	493.7/サ/
目まもりドリル	平松 類／著	ワニブックス	2022	496/ヒラ/
舌はがし健康法	石塚 ひろみ／著	晶文社	2022	497.9/イシ/
最高の入浴法	早坂 信哉／著	大和書房	2018	498.3/ハヤ/
科学的に元気になる方法集めました	堀田 秀吾／[著]	文響社	2017	498.3/ホリ/
未病図鑑	渡辺 賢治／[著]	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2020	498.3/ワタ/
からだによく効く食材&食べ合わせ手帖	三浦 理代／監修	池田書店	2020	498.5/カ/
缶詰ひとつで養生ごはん	久保 奈穂実／著	学研プラス	2022	498.5/クボ/
症状別不調のときに食べたいごはん	コウ 静子／著	家の光協会	2014	498.5/コウ/
なにをどれだけ食べたらいいの?	香川 明夫／監修	女子栄養大学出版部	2022	498.5/カニ/
こども衛生学	宮崎 美砂子／監修	新星出版社	2021	498/ミヤ/
子どものための感染症予防BOOKパンデミックを生きぬくための101の知識	夏 緑／著	童心社	2021	498/ナツ/
ひとりできる!みんなで楽しい!子どもヨガ 1〜2	ヘッセ杉山ナオコ／著	ベースボール・マガジン社	2020	498/ハッ/1〜2
14歳からの瞑想「超」入門	ジョアンヌ・ベルナル／[著]	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2018	498/ベル/
保健委員アイデアブック	齋藤 久美／監修	あかね書房	2022	498/サ/
野菜と栄養素キャラクター図鑑	田中 明／監修	日本図書センター	2017	498/タナ/
ハーブティー事典	佐々木 薫／著	池田書店	2021	499.8/サ/
?ギモンを!かいけつすりの教室 1〜3	加藤 哲太／監修	保育社	2018	499/カト/1〜3
スポーツ栄養士のキッチンから	こばた てるみ／著	日本医療企画	2011	780.1/コバ/
強い体をつくる部活ごはん	明治スポーツ栄養マーケティング部／監修	文化学園文化出版局	2014	780.1/メジ/

ほか

山梨県立図書館